

Jérôme BASSET



RANDONNÉE
HIVERNALE



RANDO



VTT - VTTAE



CANYONING



Accompagnateur en Montagne - Guide Canyon - Moniteur VTT

161 Chemin de Chabotte le Villard 38350 LAVALDENS

Port:06 89 93 50 19 - Email:basset.gse@orange.fr

Web: <https://www.raquette-randonnee.com/canyon-canyoning-vercors.html>

Fiche technique canyon des Mini Moules Marinières

Ce qu'il faut savoir:

En canyon aucun saut n'est obligatoire, on peut toujours descendre avec la corde, soit de façon autonome, ou assuré par le moniteur.

- **Organisation:** RDV au parking. Présentation du canyon. On s'équipe. Après une marche d'approche, on commence le canyon. A la sortie du canyon, on retourne au parking par une courte marche, et on se déséquipe.
- **Niveau de difficulté:** Initiation sportive permettant de découvrir toutes les techniques de progression en canyon. Age mini 12 ans
- **Praticable:** de juin à septembre
- **Hauteur maximum:** 5 m
- **Nage:** 5m
- **Marche d'approche:** 20 mn
- **Marche retour:** 10mn
- **Navette de voiture:** oui
- **Durée:** 1/2 journée Longueur: 400 m Dénivelé: 80m

- **Localisation:** Isère, Massif du Vercors côté Trièves 30 mn au Sud de Grenoble.
- **Accès:**
De Grenoble prendre l'autoroute direction Sisteron sortie Monestier de Clermont puis direction St Andeol le pont massette se trouve 1.7km après St guillaume
- **Lieu de RDV:** Pont Massette St Guillaume 38
<https://goo.gl/maps/z8PYN5ALfQNkLwfW8>
- **Equipement fourni:** Combinaison et chaussettes néoprène, baudrier avec 2 longes, un descendeur, un casque.
- **Matériel à prévoir:** Maillot de bain, Baskets ou chaussures de montagne (Les chaussures de lac sont à proscrire), bouteille d'eau.

Merci de m'informer de vos problèmes de santé, si vous souffrez d'asthme, de diabète, etc. nous emmènerons vos traitements et appareils dans mon bidon étanche.

- Les lunettes de vue se perdent facilement en canyon, pensez à les attacher si vous ne pouvez vous en passer.
- Attacher vos cheveux longs.
- Prévoir un goûter pour le retour au parking.

